

提高托福听力水平之规律托福考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/559/2021\\_2022\\_\\_E6\\_8F\\_90\\_E9\\_AB\\_98\\_E6\\_89\\_98\\_E7\\_c81\\_559833.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/559/2021_2022__E6_8F_90_E9_AB_98_E6_89_98_E7_c81_559833.htm)

听力水平要在国内提高 对于一个有出国梦想的人来说，英语的四个基本技能听说读写当然都重要。但如果我们一个月之后就要出国了，按照80/20效率理论，我们做事情要Set Priorities。就是得排出优先顺序。那很显然，听力水平的提高就成了重中之重。原因很简单，你一出国，马上就要听课，听别人讲话获取信息。可能开学一个多月就要期中考试。而国外学校的考试，大多数内容都是来自于老师课上讲过的知识。因此，如果你口语不好，你可以暂时不开口。阅读速度慢，但字总是在书上，你有很多机会可以看。写作能力不好，可以通过多搜集素材多准备来弥补。只有听力，老师在课上讲过一遍就消失了，没有了。所以说如果听不懂老师上课就会很麻烦。我先说说我出国时经历的和见到的情况。可能因为我大学时是学英语的，又教了很多年听力，所以我出国后英语方面没有障碍。能够轻松自如的交流，也能够听懂老师讲课。但我周围的很多中国同学，到了国外听力方面都需要一个适应期，一个月到半年不等。我绝不比这些同学优秀。我只是比他们幸运。闻道有先后，术业有专攻。我只是恰巧多接触了英语而已。我在哥大的很多中国同学上课都是带着录音笔去的。把老师的讲课内容录下来，回去再听一遍。有的在国内觉得自己考试听力水平还可以，出去也会遇到障碍。因为在中国学校里或考试时听的英语资料发音都很标准。到了国外，教授讲课和实际生活中，大家的口音五花八门，印度音，澳大利亚音，加拿

大音，非洲音，日本音，墨西哥音等等。而且老师上课还经常讲专业性很强的内容。于是乎，很多同学都必须录下老师的讲课内容回去重听。想一下，出了国需要适应国外的生活文化，还要花比别人多一倍的时间听老师的录音，再加上想家，岂不是很辛苦，也比较浪费时间。所以提高听力水平这项工作，应该在国内完成。听力水平提高的规律在具体讲如何提高之前，希望大家先区分应试能力和真正的听力实力。应试能力提高了，这只是实力的一部分。而考试之外，切实把自己的听力水平提高才是真正的实力体现，也是出国前所必须的。听力水平提高到一定程度后，就变成了技能。什么是技能呢？技能就是一经掌握，不会忘记的东西。比如游泳，骑自行车，这些都是技能。你现在会了游泳，就算三年不游，三年之后把你扔水里，你还是会游。今天会骑自行车，五年后也不会忘记的。很多人之所以听力提高不了，就是因为没有咬紧牙关把听力水平提高到技能之上。总是听一听，放一放。等下次再拿起来听力材料练习时，发现水平又退回去了。于是，莘莘学子们就不断鼓勇气，不断订计划，不断重新开始，又不断放弃。一鼓作气，再而衰，三而竭的道理大家都懂。但在听力方面能坚持做到的人不多。其实只要保证长期的每天的一个练习量，你就会发现，一旦听力水平到达了技能之上，想再下降，那基本是不可能的。就算很久不听，你再听时也一定是听得懂的。每天听两个小时，比三四天不听，第五天连续听十几个小时进步得快得多。所以学习最重要的一点是掌握对的方法。口语就不是这样。口语只有经常训练，才会说得越来越流利，越来越好。但无论再流利，如果一段时间不说，水平还是会下降，就连母语有时也会出

现这种状况。举例说明，你看破红尘，遁入空门20年，等你重新回到社会上，你一定还是很轻松就能听懂周围人说话。但由于多年没有和人打交道，不怎么用语言交流了，你可能会发现自己说都不会话了，反应也慢了。另外，听力水平的提高曲线和口语阅读写作词汇等也都很不一样。我把听力的提高成为平台阶梯式。也就是你在提高听力的过程中，会一直在一个平台上前进，在这个过程中，你会觉得自己提高的很慢或者完全没有提高，甚至还会出现觉得越听越退步的情况。但这些都不要成为你前行的阻碍。只要你坚持，就会量变积累带来质的飞跃，跨到下一级台阶上。然后继续在新的平台上前进前进前进进，直到跃到下一级更高的台阶。而口语阅读写作词汇等的提高属于爬坡式的，虽然坡度有急有缓，但整体趋势是一直向上的。所以这也就是为什么大多数人会觉得背单词比较有成就感，而练听力似乎进步不明显。我想，如果大家明白了我总结的平台阶梯式和爬坡式进步曲线，也就能更好的明白为什么听力一定要每天坚持听的道理了。更多信息请访问：百考试题外语站点 百考试题外语论坛 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)